

インタラクティブなインターネット インターネッ トで見るスポーツ科学・トレーニング情報(4)

| | |
|-----|---|
| 著者 | 村木 征人 |
| 雑誌名 | Training journal (月刊トレーニング・ジャーナル) |
| 巻 | 19 |
| 号 | 1 |
| ページ | 54-55 |
| 発行年 | 1997-01 |
| URL | http://hdl.handle.net/2241/102809 |

インタラクティブなインターネット

村木征人（筑波大学体育科学系助教授）、伊藤浩志（同大学院体育研究科）
インターネットが持つ大きな特徴に、インタラクティブ（相方向性）というものがある。これは従来のメディアの弱点でもあった。情報の受け手側が送り手側とコミュニケーションを取る、あるいは受け手側が主導権を握り、選択的に情報を取得する。これらの機能をうまく利用する方法が紹介される。

2種類のホームページ

トレーニング、コーチングやその他スポーツ科学に関する情報を持つホームページはWWW上に数多くありますが、それらは大きく2種類に分類できます。1つは図書や雑誌のように一方的にトレーニング、コーチング、スポーツ医学などの情報をホームページ上に公開しているもの、もう1つは、インタラクティブ（相互）に、利用者側で欲しいと思う情報やデータを利用者の要求に合わせて選択的に受け取ることができるというものです。

WWW=図書&雑誌?

スポーツ科学に関する情報がホームページとして公開されている場合、図書や雑誌と同様に一方的に情報を受け取るだけなら、敢えてインターネットを利用する必要性はないと思うかもしれません。しかし、そう結論づけるのは早急すぎるでしょう。インターネットの性格を考えればその理由はすぐにわかります。多様性と即時性がそのキーワードとなります。

本の場合、例えば持久性トレーニングに関するものを手に入れたとしましょう。するとそこには当然のことながら、持久力といった内容のことしか書いてありません。その他の例えば、プライオメトリックスのこ

とを知ろうとすれば、また新たに本を手に入れなければなりません。

WWWの場合はどうでしょう。カナダのコーチ養成組織であるCAC（Coaching Association of Canada）のホームページ（図1）には「Towards Atlanta」と題されたカナダ自転車競技ナショナルチームのアトランタ・オリンピックに向けてのコンディショニング計画が公開されています。ここでは主にアトランタの高温、多湿という環境にどう対処していくかについて、食事やレース中の水分補給、クーリングという面からのアドバイスが書かれています。もしこの論文を読ん

でいるときに他の競技ではどうか、など関連した論文も知りたいと思ったときには、他のホームページにアクセスすればよいのです。

そこで、トレーニングに関するホームページを検索したところ、いくつかのトレーニング関連情報を持つ Endurance Training Journal のホームページ (http://s2.com/et_j/index.html) が見つかり、早速、覗いてみると「Environment」という項目が掲載されており、より詳しい情報を得ることができました。このようにWWWではクリック1つで多様な情報を1つの媒体で手に入れることができるわけです。さらに、数カ月前に行われたオリンピックに向けてのトレーニングに関するアップデートな情報が、日本ならまだしもカナダのものでも簡単に手に入るというのは、インターネットを利用することによる即時

表1 トレーニング、コーチングなどスポーツ科学に関する情報を持つホームページ

- COACHING SCIENCE ABSTRACTS
(<http://www-rohan.sdsu.edu/dept/coachsci/intro.html>)
- The National Athletic Trainers' Association (<http://www.nata.org/>)
- The Worldguide Health&Fitness Forum (<http://www.sport.ussa.edu/library.htm>)
- Gatorade Sports Science Institute:Coaches Corner
(<http://www.gssiweb.com/library/instrpt/index.html>)

表2 電子メールによる質問を受け付けてくれるホームページ

- TOSHI KAWAI's SPEED SKATING PAGE
(<http://www.sapac.tsukuba.ac.jp/~kawai/SKATING/index-j.html>)
- Japanese Swim Web (<http://sports.taiiku.tsukuba.ac.jp/~ohgi/JSW/index.html>)
- VaultWorld USA Track and Field Pole Vault Page
(<http://www.vaultworld.com/index.html>)
- TotalSwimm Swimming Cyber-coaching (<http://fas.sfu.ca/1/cs/people/Grad-Students/zaiane/personal/totalswim/>)

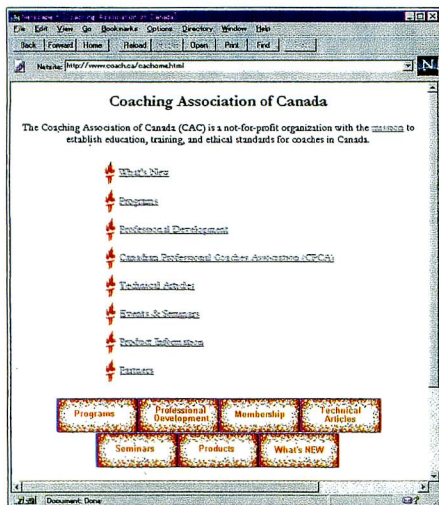


図1 CACのホームページ (<http://www.coach.ca/cachome.html>)

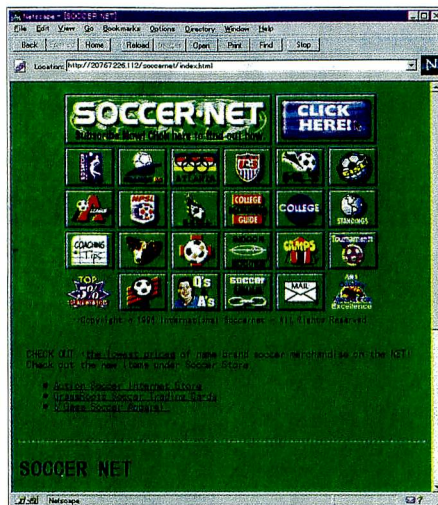


図2 SOCCER NETのホームページ (<http://207.67.226.112/soccernet/index.html>)

性という利点の1つです。こうしたスポーツ科学に関する情報は個人のホームページで載せている場合もありますが、競技関連団体やスポーツ関連の大学のホームページにアクセスすればたいへい、手に入られます。

WWW=インタラクティブ

インターネットはその名の通り相互に関係し合ったネットワークです。ですからWWWのメディアとしての利用を考えたとき、インタラクティブに情報が得られることこそ、それを利用する本当の意味があると言えます。スポーツには関係ありませんが、ある映画の宣伝のためのホームページで、利用者が主人公になってストーリーを進行させていくというものがありました。これはこちら側の選択によってストーリーが変化する、つまり得られる情報が変わるというまさにインタラクティブな情報提供です。WWWではこうした利用方法がいくつかなされてきています。今のところスポーツに関連するものでは最大限にこのインターネットの能力を使っているとはいえませんが、

いくつか面白い試みはなされていますので、それらを紹介したいと思います。

フローチャート形式の質問に答えていくことで性格判断などができるものをよく雑誌などで見かけるといいます。これと同じように個人のデータをいくつか入力することで、栄養摂取状態の診断から適切な栄養摂取量を示してくれるもの (<http://www2.u-min.u-tokyo.ac.jp/eiyo/>) や減量のための運動処方を動作や理論的な説明付きで示してくれるもの (<http://www.ross.kyoto-u.ac.jp/>)、健康度診断 (<http://www.health.co.jp/check/default.htm>) ができるホームページなどがあります。これらは一般的な健康増進を目的として作られていますので、あくまで一般の人向けであり、そのまま競技者に適用することはできないかもしれませんが、ゲーム感覚での手軽さや、将来的な発展の可能性を考えると、こうした試みは興味深いと言えるでしょう。先に挙げたインタラクティブ型のホームページとは若干、性格が異なりますが、この他にも競技ス

ポーツの指導やトレーニングに直接、役立つものがあります。

対話型ホームページ

連載の冒頭でインターネットの利用方法をいくつか紹介しましたが、その中に電子メールという利用形態がありました。電子メールとはインターネットを利用した郵便配達サービスのようなものですが、この電子メールとホームページを利用して利用者側とサービスを提供する側との間に対話型の情報を得られるものがあります。対話型といってもリアルタイムに結果が得られるわけではありませんが、自分が今、知りたいと思う内容に対して回答が得られるという面で、初めに挙げた掲示板的な情報よりも柔軟性があります。

SOCCER NETのホームページ(図2)ではコーチングに関するいくつかのトピックが紹介されていますが、さらに San Diego Sockers でヘッドコーチを務める Brian Quinn 氏にサッカーに関する質問を電子メールで出せるというサービスがあります。ここで交わされている質疑内容は技術や戦術に限ったものだけではなく、メンタル・コンディショニングやチームマネジメントに関するもの、少し変わったところではコーチになるためにはどうしたらよいか、アトランタ・オリンピックでのブラジルチームの戦い方についてどう思うか、といったものまで幅広く取り上げられています。ここには海外のホームページを例に出しましたが、こうした電子メールによる質問を受け付けているホームページは日本国内でも各種スポーツごとでいくつかあり、今後ますます増えていくと思います。 ■